



**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS**  
**Especialização em Saúde da Família**



Thais Barroso Vargas

**O impacto das doenças crônicas na vida do familiar cuidador de  
idosos**

Vitória  
2015

Thais Barroso Vargas

## **O impacto das doenças crônicas na vida do familiar cuidador de idosos**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado, como requisito parcial para  
obtenção do título de especialista em  
Saúde da Família, a Universidade Aberta  
do SUS.

Orientadora: Karen André Oliveira Xavier

Vitória  
2015

## RESUMO

A população brasileira acima de 60 anos vem crescendo a cada ano, contribuindo para o aumento de pacientes com doenças crônicas e pessoas idosas dependentes de cuidados especiais e acompanhamento de cuidadores. Estes, nem sempre exercem exclusivamente essa atividade; acumulam outras tarefas além das domésticas, levando a uma sobrecarga de trabalho e ocasionando o surgimento de patologias que irão influenciar em seu afazer como cuidador. O objetivo deste projeto de intervenção é refletir e investigar sobre a saúde do cuidador de idosos. O método de pesquisa se dá por meio de revisão da literatura, que utilizou base de dados como SCIELO, e futura aplicação de questionário para cuidadores de pacientes crônicos cadastrados em uma Unidade de Saúde no município de Vitória. Espera-se decifrar o perfil desses familiares cuidadores, podendo oferecer suporte dos serviços de saúde e consequentemente melhorar a adaptação desses ao impacto da doença crônica sobre suas vidas, a fim de melhor qualidade.

Descritores: Familiares cuidadores; Cuidadores; Doença crônica; Idosos dependentes; Questionários.

## SUMÁRIO

1.	<b>INTRODUÇÃO</b>	03
1.1	Situação Problema	03
1.2	Justificativa	03
1.3	Objetivos	04
	Objetivo Geral	04
	Objetivo Específico	04
2.	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b>	05
3.	<b>METODOLOGIA</b>	07
3.1	Desenho da Operação	07
3.2	Público-alvo	07
3.3	Parcerias Estabelecidas	07
3.4	Recursos Necessários	08
3.5	Orçamento	08
3.6	Cronograma de Execução	08
3.7	Resultados Esperados	09
3.8	Avaliação	09
4.	<b>CONCLUSÃO</b>	10
	<b>REFERÊNCIAS</b>	11

## **1. INTRODUÇÃO**

A construção desse Projeto de Intervenção está vinculada ao Trabalho de Conclusão de Curso de especialização em saúde do idoso oferecido pela universidade aberta do SUS.

A motivação para esse estudo surgiu a partir de situações vivenciadas por uma equipe de saúde da família da Unidade de Saúde do bairro Resistência, localizado no município de Vitória/ES, onde se observam familiares cuidadores de idosos adoecendo em consequência à sobrecarga de trabalho.

### **1.1 Situação-problema**

A tarefa de cuidar de idosos é árdua e de grande responsabilidade. Por isso, é necessário cuidar dos cuidadores para que não se apresentem com sobrecarga e com algumas patologias que irão influenciar em suas tarefas.

### **1.2 Justificativa**

O aumento da expectativa de vida e o consequente aumento das doenças crônicas acarreta ascensão do número de idosos dependentes de cuidados de vida diária, como auxílio para vestir-se, alimentar-se e administrar medicações.

O papel do cuidador de idosos é desgastante, seja pela carga física, como pela emocional. Por isso, conhecer quem são os cuidadores e as principais situações vivenciadas, pode ajudar a criar facilitadores que os auxiliem na prática diária, melhorando a qualidade de vida tanto do paciente quanto do cuidador.

### 1.3 Objetivos

*- Objetivo geral*

Investigar o impacto das doenças crônicas na vida dos familiares cuidadores de idosos inscritos na Unidade de Saúde da Família de Resistência, localizada no Município de Vitória.

*- Objetivos específicos*

- a) Determinar o perfil do cuidador;
- b) Analisar os principais problemas vivenciados pelo cuidador, causados pela doença crônica;
- c) Refletir sobre a saúde do familiar cuidador de idosos;
- d) Sugerir intervenções futuras para os problemas citados.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

O envelhecimento da população brasileira vem aumentando rapidamente. Isso ocorre devido aos avanços na área da saúde, como acesso aos serviços e avanços tecnológicos, que possibilitam (MENDES; MIRANDA; BORGES, 2010), cada vez mais, que as pessoas consigam viver por um período maior, mesmo possuindo algum tipo de incapacidade (BRASIL, 2008).

Diante da situação atual de envelhecimento demográfico, aumento da expectativa de vida e a presença de doenças crônicas e degenerativas, algumas demandas são colocadas para a família, sociedade e poder público, no sentido de proporcionar melhor qualidade de vida às pessoas que possuem alguma incapacidade (BRASIL, 2008). Os idosos tornam-se dependentes e requerem cuidados, como auxílio em vestir-se, alimentar-se, usar medicamentos, enfim, nas atividades de vida diária (MENDES; MIRANDA; BORGES, 2010). Desta forma, a presença do cuidador nos lares tem sido mais frequente, havendo a necessidade de orientá-los para o cuidado (BRASIL, 2008).

O Ministério da saúde caracteriza o cuidador como alguém que “cuida a partir dos objetivos estabelecidos por instituições especializadas ou responsáveis diretos, zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida” (BRASIL, 2008), tendo em vista a ascensão da qualidade de vida do idoso cuidado (MENDES; MIRANDA; BORGES, 2010).

Cuidar de um idoso é uma tarefa intensa, desgastante, visto que esta condição é imposta a uma pessoa que não possui apenas essa atividade e acaba conciliando-a com outros afazeres, como o cuidado com filhos, casa, trabalho e outras (MENDES; MIRANDA; BORGES, 2010). Apesar de nobre, o cuidar é uma tarefa complexa, e que em determinadas situações torna essa missão ameaçadora à saúde de quem cuida (BRASIL, 2008).

Conhecer quem são os cuidadores e a situação em que eles se encontram, pode ajudar a se pensar em formas de amenizar este desgaste, prevenindo problemas de saúde física e emocional, melhorando a qualidade de vida do paciente e de seu cuidador (FERREIRA et al, 2012).

A mulher é o principal sujeito cuidador, sendo predominantes mulheres casadas, donas de casa e com média de 50,5 anos. Em sua maioria, possuem baixo

grau de instrução e acumulam o papel de cuidadora, mãe e dona de casa. (MENDES; MIRANDA; BORGES, 2010).

A falta de apoio dos familiares é fator determinante e dificultante para o cuidado domiciliar e auto cuidado do cuidador (FERREIRA et al, 2012).

Ao realizar o cuidado, o cuidador familiar pode sentir prazer e conforto, quando capaz e gratificado de desenvolver a tarefa, ou pode se sentir tenso, desconfortante e angustiado, quando se sente sobrecarregado (ARAKAKI et al, 2009).

No presente estudo busca-se identificar o perfil do cuidador e o impacto das doenças crônicas na vida do familiar cuidador de idosos.



### **3. METODOLOGIA**

#### **3.1 Público-alvo**

Este projeto de intervenção tem como público alvo os cuidadores de idosos residentes no bairro Resistência localizado na cidade de Vitória/ES.

Serão possivelmente beneficiados com o projeto de intervenção: os cuidadores, melhorando sua qualidade de vida; os idosos, que terão cuidadores mais esclarecidos e menos desgastados; e a equipe de saúde, com aumento do vínculo com a população.

#### **3.2 Desenho da operação**

A intervenção será desenvolvida, primeiramente, por meio da revisão da literatura, para entendimento das possíveis causas de adoecimento dos cuidadores. Será criado um questionário para entendimento do perfil do cuidador.

O questionário de avaliação do cuidador contém os seguintes dados: sociodemográficos (idade, gênero, grau de escolaridade, estado civil, se reside ou não com o idoso, se trabalha e/ou estuda, grau de parentesco), dados clínicos (presença de problemas de saúde e número de comorbidades), período diário dedicado ao cuidado do idoso (horas/dia), tempo dedicado ao cuidado do idoso (anos) e tarefas realizadas como cuidador (auxiliar no banho, preparar alimentação, administrar a alimentação, fazer a higiene, auxiliar no vestuário, auxiliar na mobilidade, fazer curativos e administrar medicação) (LEMOS; GAZZOLA; RAMOS, 2006).

Após, o questionário será aplicado em uma reunião mensal do Grupo de Idosos, onde o cuidador será convidado a participar e expor suas inseguranças e expectativas. Por meio deste, será feito um perfil do cuidador existente na região de estudo, facilitando futuras ações de intervenção.

#### **3.3 Parcerias Estabelecidas**

O desenvolvimento e efetivação desse plano de intervenção serão realizados por meio de ações conjuntas dos profissionais colaboradores na Unidade de Saúde da Família de Resistência, como médicos, enfermeiros, assistente social, psicóloga, fonoaudiólogo, educador físico e agentes comunitários de saúde.

### 3.4 Recursos Necessários

Serão utilizados recursos materiais como papel e tinta para impressora para impressão dos questionários, teatros educativos e bate-papo com a população. Os lanches, pós-encontro, serão ofertados pela equipe multidisciplinar da unidade de saúde, não havendo custos para os pesquisadores.

### 3.5 Orçamento

DESCRIÇÃO	QUANTIDADE	PREÇO UNITÁRIO (R\$)	VALOR PARCIAL POR ITEM (R\$)
Computador	1	1500	1500
Impressora	1	500	300
Tinta para impressora	1	80	80
Folhas A4	100	-	32
Total	-	-	1912

Obs. Todos os itens descritos foram cedidos pelos pesquisadores e já estão disponíveis.

### 3.6 Cronograma de execução

ETAPAS (2015)	JUNHO	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO
Definição do tema	X				
Revisão bibliográfica	X	X			
Construção da metodologia		X			
Redação do Projeto de Intervenção		X			
Aplicação do questionário			X		
Consolidação e análise dos dados				X	X
Divulgação dos resultados					X

### **3.7 Resultados esperados**

Serão abordados e convidados a participar todos os cuidadores de idosos cadastrados na unidade de saúde em estudo. Serão analisados os questionários daqueles que aceitarem participar dos encontros.

Com isso, espera-se determinar o perfil desses cuidadores como, sexo, estado civil, grau de parentesco com o doente, idade e escolaridade, a fim de compreender e determinar melhor abordagem a este cuidador; Além disso, serão ouvidos os principais problemas ocorridos no dia a dia, visando sugerir intervenções futuras.

### **3.8 Avaliação**

A avaliação da intervenção ocorrerá por meio do relato dos próprios cuidadores e também por observação da saúde do cuidador através da equipe de saúde. Não sendo necessários outros instrumentos para análise.

#### **4. CONCLUSÃO**

Neste estudo aborda-se a saúde dos familiares cuidadores de idosos com doença crônica.

Entender o perfil desses cuidadores auxilia na aproximação da realidade, levando a equipe de saúde a criar futuras estratégias direcionadas para os principais problemas enfrentados.

Dessa forma, pretende-se analisar e encontrar soluções para problemas previamente identificados, tais como, insônia, alteração de peso, inconstância de humor, dentre outros.

## REFERÊNCIAS

ARAKAKI, B. K.; et al. Análise do desgaste e da sobrecarga de cuidadores/familiares de idoso com doença de Alzheimer causado pelos sintomas psicológicos e comportamentais. *Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo*, v. 23, n. 2, p. 113-121, maio/ago, 2012.

Disponível: <file:///C:/Users/User/Downloads/49062-59965-1-PB.pdf> [capturado em 15 jul.2015].

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia prático do cuidador*. Brasília: Ministério da saúde, 2008.

Disponível: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_pratico\\_cuidador.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_cuidador.pdf) [capturado em 29 jul. 2015].

FERREIRA, H. P.; et al. O impacto da doença crônica no cuidador. *Rev Bras Clin Med*. São Paulo, v. 10, n. 4, p. 278-84, jul/ago, 2012.

Disponível: <http://files.bvs.br/upload/S/1679-1010/2012/v10n4/a3045.pdf> [capturado em 15 jul. 2015].

LEMONS, N. D.; GAZZOLA, J. M.; RAMOS, L. R. Cuidando do paciente com Alzheimer: o impacto da doença no cuidador. *Saúde e Sociedade*. v.15, n.3, p.170-179, set/dez, 2006.

Disponível: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v15n3/14.pdf> [capturado em 11 jul.2015].

MENDES, G. D.; MIRANDA, S. M.; BORGES, M. M. M. C. Saúde do cuidador de idosos: um desafio para o cuidado. *Revista Enfermagem Integrada*. Ipatinga, v.3, n.1, jul/ago, 2010.

Disponível: <http://www.unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v3/04-saude-cuidador-idosos-desafio.pdf> [capturado em 11 jul. 2015].

